

Žižola

Žižola (*Ziziphus sp.*) je v Sloveniji manj poznana sadna vrsta. Najdemo jo predvsem na Primorskem, večinoma v kakšnem priobalnem vrtu, redkeje pa v notranjosti naše dežele. Sinonimi zanjo so kitajski datelj, čičmak, čičimak ter žižula oz. žižulca. Botanično ločimo tri vrste žižol. Poznamo divjjo žižolo (*Ziziphus lotus*), navadno žižolo (*Ziziphus sativa*) in kitajsko žižolo (*Ziziphus jujuba sin. Ziziphus zizyphus*). Za pridelovanje sta zanimivi navadna in kitajska žižola. Po nekaterih podatkih sta navadna in kitajska žižola v bistvu ena in ista vrsta, le da pod imenom navadna žižola označujemo sorte z drobnimi plodovi, medtem ko pod imenom kitajska žižola mislimo na sorte z debelejšimi plodovi. Žižolo sicer uvrščamo v red *Rhamnales* - krhlikovci in v družino *Rhamnaceae* - krhlikovke. V tej družini je poznanih 55 rodov s preko 900 vrstami. Eden izmed njih je tudi rod *Rhamnus*, kamor uvrščamo pri nas dobro poznano navadno krhliko (*Rhamnus frangula sin. Frangula alnus*), čigar čaj iz lubja se uporablja za zdravljenje marsikaterega obolenja tudi v slovenski ljudski medicini. Žižola sicer izvira iz centralno vzhodne Kitajske, kjer je poznana že več kot 4.000 let. Še dandanes kot sadna vrsta zavzema na Kitajskem pomembno mesto v sadjarski pridelavi. Poleg Kitajske je žižola razširjena še v nekaterih državah bivše Sovjetske zveze, v Indiji, v južni Koreji, na Japonskem, v Vietnamu in v nekaterih državah ZDA. Naštete države so hkrati tudi glavni trg za njeno potrošnjo. V državah sredozemskega morja poznamo predvsem navadno žižolo, ki ima v primerjavi s kitajsko žižolo precej manjše plodove. Navadna žižola v intenzivni pridelavi ni zastopana, sadimo jo bolj zaradi popestritve v vrtu. Žižola je listopadna rastlina, ki raste v obliki drevesa ali grma. Glede temperatur ima širok razpon prilagojenosti. Pozimi prenese celo -33 °C, medtem ko poleti prenese tudi najhujše vročine. Prepoznamo jo po številnih trnih ter po tipičnem vzorcu rasti vej, ki poteka v cikcakasti smeri. Listi so majhni, jajčasti in dolgi od 2,5 do 5 cm. So svetlo zeleni in bleščeči. Cvetovi so majhni in slabo vidni. So beli do zeleno rumeni ter nekoliko dišeči. Čas cvetenja je pozen, saj žižola cveti sredi junija. Na ta način je zaščitena pred poznimi spomladanskimi pozebami. Opraševanje pri žižoli ni natančno proučeno, toda verjetno to delo poleg žuželk delno opravi tudi veter. Nekateri sorte so tudi samooplodne. Žižola ima koščičast plod. Plodovi so lahko okrogli, sodčkasti, izdolženi ali hruškasti. Tudi njihova velikost je precej različna, od velikosti češnje do velikosti slive, kar je odvisno od sorte. Plod ima tanko in užitno lupino, ki obdaja belkasto meso prijetnega sladkega okusa. V notranjosti ploda je koščica, ki vsebuje dve semeni. Z zorenjem se barva plodu iz zelene spreminja v rumeno in nato v rdečo. Povsem zrel plod je popolnoma rdeč. Za mnoge ljudi je plod najboljši za uživanje v stadiju med zeleno rumeno in popolnoma rdečo barvo. Takrat ima plod hrustljivo in sladko meso, ki spominja na jabolko. Žižola je toploljubna rastlina, ki ima rada tople in sončne lege. Ne smemo je saditi v senco drugih dreves. Glede tipa tal ni zahtevna, raje pa ima peščena in odcedna tla. Prilagojena je tudi na slana in alkalna tla. Neporezana drevesa ne rodijo nič slabše kot porezana. Razmnožujemo jo s cepljenjem na koreninske izrastke, ki rastejo iz trnaste podlage. Ne poznamo nobenega resnejšega škodljivca in boleznih žižole. Žižola zori postopoma, tako da jo je potrebno obirati večkrat. V svetu sta izmed žižole najbolj razširjeni debeloplodni sorti li in lang. Plodovi prve so sodčkaste oz. jabolčne oblike ter tehtajo okrog 30 g. Plodovi sorte lang so hruškaste oblike ter tehtajo okrog 20 g. Nekateri druge debeloplodne sorte žižole so jin, globe, so, sugar cane, thornless, admiral wilkes, chico, sherwood, tiger tooth, honey date in topeka. V Dalmaciji in tudi pri nas je prisotna predvsem sorta žižole domača. Plodovi te sorte so drobnejši, po obliki in velikosti podobni oljkam, sprva zeleni in nato rdeči. Tehtajo med 3-5 g. Septembra jih je moč najti tudi na kateri izmed tržnic v Slovenski Istri. Uživanje plodov ima blažilne in protivnetne učinke, deluje rahlo odvajalno, predvsem pa žižola pomaga pri izkašljevanju. V semenu žižole so odkrili sestavine, ki na človeški organizem delujejo pomirjevalno. Že Rimljani so poznali to lastnost žižole in si pripravljali juho iz žižol, ki so jo

pili pred spanjem. Nato so imeli lepe sanje in trden spanec. Zjutraj so se zbudili spočiti oziroma giuggioloni. Izraz izvira iz italijanskega poimenovanja za žižolo, ki je giuggiolo. Tudi v današnji farmaciji se še zmeraj uporabljajo izvlečki žižole (plodov ali semen) za boljši in trdnejši spanec. Ena od lastnosti žižole je tudi ta, da je olistana relativno kratek čas, saj liste na drevesu/grmu tvori šele maja, odvrže jih pa že koncem oktobra. Odtod tudi eden od naslovov člankov o žižoli, ki se v prevodu glasi *Žižola – sadna vrsta, ki se prva sleče in zadnja obleče*. Očitno žižola ni sramežljiva in se nam raje kot z obleko kaže brez nje.

Boštjan Godec
Kmetijski inštitut Slovenije

PROGRAM
RAZVOJA
PODEŽELJA



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja: Evropa investira v podeželje



Ilustracija žižole v eni izmed pomoloških zbirk. Lepo je vidna njena trnatost ter rast poganjkov v cik cak smeri.